e la sua anima si unisce a Dio e dialoga continuamente con lui (354,12-355,33).

M. Esortazione finale a "giungere a questa vetta delle virtù" per godere di una gioia spirituale e desiderare Dio con tutte le forze (citazione di Basilio) (355,34-356,14).

N. Conclusione: il suo compagno racconta che, malgrado la sua santità, Filemone aveva rifiutato l'ordinazione e si accostava solo raramente all'eucaristia, a motivo dell'enorme rispetto che ne aveva. Ma quando si comunicava, "lo stesso Re delle schiere celebrava il sacrificio misticamente e si trasformava in corpo e sangue nei nostri cuori... Possiamo osare accostarci alla santa comunione dei misteri purissimi di Cristo per divenire partecipi dell'illuminazione che ne deriva". Come vendeva il lavoro delle proprie mani, fingendosi folle e vivendo da autentico filosofo (356,15-357).

Questo, in breve, l'insegnamento di questo testo, che resta comunque impossile "riassumere", dal momento che non segue alcun piano logico.

Il nostro testo arabo e la sua traduzione

Ho cercato di dare, per quanto possibile, una traduzione letterale, per permettere il confronto con il testo greco per chi non conosce l'arabo. A questo scopo ho badato soprattutto a rendere alcuni termini chiave del vocabolario monastico secondo equivalenze fisse.

1. Equivalenze di traduzione

ʿaql	= esprit	= noûs
qalb	= coeur	= kardía
dhihn	= esprit (vv. 8 et 9)	= noûs
fikr	= pensée	= diánoia
hadhidh khafi	= méditation secrète	= kryptè meléte
samt	= silence	= esychía
yaqzah	= éveil	= nêpsis
bi-tayaqquz	= de manière éveillée	= nephóntos
ʿamal	= activité	= ergasía

2. Traduzione[50]

Au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit, le Dieu unique.

[Extrait] de la vie du Père Philémon.

1Un frère lui demanda, disant:	1Un fratello di nome Giovanni, che veniva dalla regione della costa, accostatosi a questo santo e grande padre Filemone e abbracciatigli i piedi, gli disse:
2"Père, que faire pour être sauvé?	2"Che cosa devo fare, padre, per essere salvato?
3Car je vois mon esprit divaguer ici et là, vers des choses qui ne sont ni nécessaires ni utiles".	3Perché vedo che il mio intelletto vaga qua e là, verso ciò che non si deve".
4Le saint fit silence un petit peu, puis il lui dit: "Ce qui [t']arrive est attesté pour les gens du dehors, et fait partie de leurs passions.	4E quello, indugiando un poco, disse: "Questa passione è propria di quelli del mondo.
5Car il n'y pas encore en toi un désir (*shawq*) de Dieu total et parfait,	5E permane perché non hai ancora perfetto il desiderio di Dio.
6et la chaleur de la tension vers lui et de la flamme pour le connaître ne t'a pas pénétré".	6Infatti, non è ancora venuto in te il calore del desiderio e della conoscenza di Lui".

[7]Le frère lui dit alors: “Que dois-je donc faire, Père?”.

[8]Cet ancien lui répondit: “Va, laisse cheminer en ton coeur une méditation secrète, et dans ton esprit aussi;

[9]afin que tu puisses, au moyen de ton coeur et de ton esprit, en purifier ton coeur”.

[10]Or le frère n’avait pas d’expérience touchant ce qu’avait dit l’ancien. Il lui dit donc: “Père, qu’est-ce que la méditation secrète?”.

[11]L’ancien lui dit donc: “Va, médite dans ton coeur et dans ta pensée, de manière éveillée et sans crainte,

[12]disant: ‘O notre Seigneur Jésus le Christ, aie pitié de moi!’.

[13]Car le bienheureux Diadoque l’a ainsi transmis aux débutants”.

[14]Quand donc le frère s’en fut allé, avec l’aide de Dieu et les prières de l’ancien, et qu’il eut gardé le silence,

[15]la méditation lui devint petit à petit douce.

[16]Mais quand elle l’abandonna à l’improviste et se sépara de lui, et qu’il ne put pas la ⟨labourer⟩ de manière éveillée,

[7]Gli dice il fratello: “Che cosa devo fare, padre?”.

[8]Gli dice: “Va’, e per qualche tempo fa’ una meditazione segreta, nel tuo cuore,

[9]che possa purificare il tuo intelletto da queste cose”.

[10]E il fratello, non essendo iniziato a ciò che gli veniva detto, dice all’anziano: “Che cos’è la meditazione segreta, padre?”.

[11]E gli dice: “Va’, sii sobrio nel tuo cuore, e di’ sobriamente nella tua mente, con timore e tremore:

[12]‘Signore Gesù Cristo, pietà di me’.

[13]Il beato Diadoco, infatti, tramanda così ai principianti”.

[14]Andatosene dunque e, con l’aiuto di Dio e le preghiere del padre, raccoltosi nell’esichia,

[15]si riempì di dolcezza per un poco, con questa meditazione.

[16]Ma poiché essa improvvisamente si ritirò da lui ed egli non poteva con sobrietà coltivarla e pregare,

[17]il revint à l’ancien et lui fit savoir ce qui lui était arrivé.

[18]Celui-ci lui dit: “Voici que tu as connu une des traces du silence et de l’activité (*ergasía*).

[19]Tu as maintenant l’expérience de ce qu’il est et de la douceur qui en découle.

[20]Qu’il soit toujours dans ton coeur: que tu sois en train de manger ou de boire, ou de converser avec des gens, ou hors de ta cellule, ou en train de marcher sur le chemin.

[21]Ne laisse pas passer ou s’échapper de toi [l’occasion] de prier avec cette prière, avec un coeur éveillé (*mustayqiz*) qui n’erre pas; et de psalmodier des psaumes et des prières.

[22]Bien plus, au moment de ton besoin nécessaire, que ton esprit ne se repose pas [loin] de la méditation secrète et de la prière.

[23]Car, de cette manière, tu peux comprendre les profondeurs de la divine Écriture, et connaître en vérité la puissance qui est en elle,

[24]et donner à ton esprit une activité incessante, afin que s’accomplisse la parole de l’apôtre qui dit: ‘Priez sans cesse’ (1 Thess 5,17).

[17]ritornò dall’anziano e gli raccontò quello che gli era accaduto.

[18]Ed egli gli disse: “Ecco, per un poco hai conosciuto l’orma dell’esichia e dell’operosità,

[19]e hai sperimentato la dolcezza che ne deriva.

[20]Abbi dunque questo sempre nel tuo cuore: sia che mangi sia che beva, sia che ti trovi in compagnia di qualcuno, sia fuori di cella sia per strada,

[21]non ti scordare di fare questa preghiera con mente sobria e intelletto stabile, di salmeggiare e di meditare preghiere e salmi.

[22]Ma anche quando sei pressato da una necessità, non sia pigro il tuo intelletto nel meditare segretamente e nel pregare.

[23]Così potrai comprendere le profondità della divina Scrittura e della potenza che vi è nascosta,

[24]e dare all’intelletto un’incessante operosità, per adempiere il detto apostolico che prescrive: ‘Pregate incessantemente’ (1Ts 5,17).

[25]Examine-toi donc attentivement, et garde ton coeur, afin que tu n'[y] laisses pas [entrer] des pensées mauvaises, vaines et inutiles.

[26]Mais, incessamment, en état de sommeil ou d'éveil, que tu sois en train de manger ou de boire ou de converser,

[27]que ton coeur soit en secret, et que ta pensée soit tantôt en train de psalmodier des psaumes et tantôt de prier disant: 'O mon Seigneur Jésus le Christ, aie pitié de moi!'.

[28]Veille encore, quand tu pries avec ta langue, à ce que ta bouche ne prononce pas quelque chose, tandis que ta pensée erre dans d'autres choses".

[29]Le frère lui demanda encore comment chasser loin de lui le sommeil et les pensées malignes.

[30]L'ancien lui répondit:

....

[25]Fa' attenzione, dunque, con cura; e custodisci il tuo cuore, che non accolga pensieri cattivi o, in qualche modo, vani e inutili.

[26]Ma sempre, quando dormi e quando ti alzi, quando mangi e quando bevi, o sei in compagnia,

[27]in segreto, mentalmente, il tuo cuore ora mediti i salmi ora preghi: 'Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, pietà di me!'.

[28]E ancora, quando canti i salmi, fa' attenzione a non dire certe cose con la bocca, mentre la mente erra in altre".

[29]Il fratello chiedeva ancora: "Nel sonno io vedo molte vane fantasie".

[30]E l'anziano gli disse: "Non essere pigro né pusillanime, ma prima di coricarti fa' molte preghiere nel tuo cuore, e resisti ai pensieri,

[31]che tu non sia portato in giro dalle volontà del diavolo, affinché Dio ti accolga.

[32]Cura con quanta forza puoi di addormentarti dopo i salmi e un'assennata meditazione, e non essere negligente.

[33]Non lasciare che la tua mente accolga pensieri estranei, ma coricati continuando a meditare quelli coi quali hai pregato,

[34]affinché, mentre dormi, si schierino intorno a te, e quando ti svegli, parlino con te.

[35]Prima di addormentarti, di' anche il santo simbolo della fede ortodossa. Credere infatti rettamente riguardo a Dio è fonte e custodia di tutti i beni".

....

[180]"Toi, ainsi, tu ne peux t'armer. Accroche-toi plutôt à la méditation secrète.

[181]Continue les prières nocturnes et diurnes, que les saints Pères ont fixées; je veux dire: tierce, sexte, none et vêpres.

[182]Tout ce qu'ils ont fixé, veille à l'accomplir et à le garder de toute ta force;

[183] en sorte que tu ne te préoccupes pas de ce qui peut plaire aux gens,

[184]et que tu n'aies d'agressivité pour aucune créature, pour ne pas t'éloigner toi-même de Dieu".

[180]"Ma tu, per ora, non puoi armarti così. Piuttosto, tienti sempre alla meditazione segreta.

[181]E sii sollecito a compiere le ore diurne e le preghiere fissate dai santi padri: terza, sesta, nona e vespro.

[182]E sii sollecito a compiere anche le liturgie notturne.

[183]Osserva con ogni tua forza di non fare nulla per piacere agli uomini,

[184]né di avere mai inimicizia contro il tuo fratello, per non separarti dal tuo Dio".